

This question paper contains 4 printed pages.

391

Your Roll No.

B.A. (Prog.) / I E

NUTRITION AND HEALTH EDUCATION

**Paper I— Elements of Food Nutrition and
Health (A-158)**

(Admissions of 2004 and onwards)

Time : 2 hours

Maximum Marks : 38

*(Write your Roll No. on the top immediately
on receipt of this question paper.)*

NOTE:— *Answers may be written either in English or in
Hindi; but the same medium should be used
throughout the paper.*

टिप्पणी:— इस प्रश्नपत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिन्दी किसी एक भाषा
में दीजिए; लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना
चाहिए।

*Attempt three questions in all.
Question No. 1 is compulsory.*

*कुल तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए।
प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।*

1. (a) Fill in the blanks:

(i) Fluorosis is caused due to excess of

P.T.O.

- (ii) Name one source of complete protein
.....
- (iii) Mineral needed for formation of hemoglobin
.....
- (iv) 1 gm carbohydrate gives kcal energy.
- (v) Name one source of β -carotene
and one source of retinol

रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए:

- (i) फ्लूरोसिस की अधिकता से होती है।
- (ii) पूर्ण प्रोटीन का एक स्रोत है
- (iii) हीमोग्लोबिन के निर्माण के लिए आवश्यक खनिज लवण है
- (iv) 1 ग्राम कार्बोहाइड्रेट से किलो कैलोरी ऊर्जा प्राप्त होती है।
- (v) β कैरोटीन का एक स्रोत है तथा रेटिनॉल का एक स्रोत है

6

(b) Explain briefly any *four* of the following:

- (i) Malnutrition
- (ii) Colostrum
- (iii) Baking
- (iv) Sources of calcium
- (v) Fermentation

(vi) Potable water

(vii) Balanced diet.

निम्नलिखित में से किन्हीं चार का संक्षेप में उल्लेख कीजिए:

(i) कुपोषण

(ii) कोलोस्ट्रम

(iii) बेकिंग

(iv) कैल्शियम के स्रोत

(v) खमीरीकरण

(vi) पेय जल

(vii) संतुलित आहार

2×4=8

2. (a) Discuss the methods of cooking based on moist heat.

नमी सहित ऊष्मा पर आधारित पाक कला विधियों का वर्णन कीजिए। 8

(b) How can nutrients be conserved during food preparation?

भोजन की तैयारी के दौरान पोषक तत्वों को कैसे सुरक्षित रखा जा सकता है? 4

3. (a) What are the advantages of food preservation?

खाद्य संरक्षण के क्या लाभ हैं? 4

(b) Describe the various food groups in brief.

P.T.O.

विभिन्न खाद्य वर्गों का संक्षेप में वर्णन कीजिए।

8

4. What are the nutritional requirements of a 6-12 month old infant? Suggest the feeding pattern of an infant of that age.

6-12 माह के शिशु की पोषण संबंधी आवश्यकताओं का वर्णन कीजिए। इस आयु के शिशु का आहार प्रारूप सुझाइए। 12

5. Write short notes on any *three* of the following:

- Functions and sources of iron
- Physiological changes during pregnancy
- Role of dietary fibre
- Chemical disinfection of water
- Convenience foods.

किन्हीं तीन पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए:

- लोहे के कार्य व स्रोत
- गर्भावस्था में शारीरिक परिवर्तन
- आहारिय फोक की भूमिका
- जल का रासायनिक शुद्धिकरण
- सुविधाजनक भोजन पदार्थ।

4×3=12